РЕКЛАМА

#В ТРЕНДЕ

3 неожиданных признака, что у тебя не все в порядке с головой

Думаешь, психические расстройства — это когда непонятные голоса в голове и всюду мерещатся феи и крокодильчики? Ха!

25 августа 2021

Психика человека — очень сложная и хрупкая конструкция. И если не заботиться о себе и своем организме, пробки вышибает на счет раз. Причем ты можешь даже не заметить, как и когда это случилось, и списывать все на тип личности и характер. Не веришь? Рассказываем.

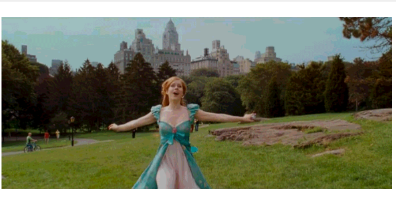
Продолжение после рекламы
РЕКЛАМА

Я — интроверт

Есть люди, которым комфортно находиться в одиночестве и сводить контакты с внешним миром до прожиточного минимума. Те самые интроверты. Но даже им нужно время от времени выходить в люди и с кем-то общаться. Человек, даже самый замкнутый, все-таки существо стайное, так что в гордом одиночестве он просто-напросто хиреет. Это, между прочим, ученые уже доказали — без общения мы и болеем чаще, и живем меньше.

Если ты с подругами встречаешься только под страхом расправы и скорее замуруешь себя в четырех стенах, чем покажешься на вечеринке, — дело нечисто. Когда страсть к уединению становится настолько всепоглощающей, что даже обычный обмен приветствиями в тягость, это уже не характер сказывается. Очень может быть, что ты страдаешь от тревожного расстройства и самое время обратиться за помощью к психологу.

Продолжение после рекламы
РЕКЛАМА



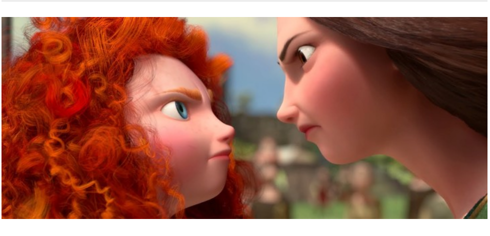
Всегда на позитиве

Вроде бы мода на тотальный позитив уже прошла, но адепты этой жизненной философии пока не готовы отказаться от своих жизнеутверждающих лозунгов. Напоминаем: здоровый человек не может быть всегда веселым и благодушным. Мы не в диснеевском мультике живем, где птички, зайчики и принцессы дружно поют хором и водят хороводы.

Нет, конечно, в хорошем настроении нет никакого плохого — с чего бы? Но если ты вечно бодра и весела, дружелюбие бьет ключом, а уверенность в себе не покидает тебя ни на минуту, есть повод нажать на паузу и слегка озаботиться. Разумеется, это круто, когда энергии полно, утром ты без лишних пинков вскакиваешь с кровати и готова сворачивать горы. Только если это постоянное твое состояние, называться оно может веселая мания, а это уже самый настоящий диагноз.

И не ведись на жизнеутверждающее название, пожалуйста. Если расстройство оставить без внимания, оно может прогрессировать — и из гипомании (легкая степень мании) вырастет самая настоящая мания. С бредом, галлюцинациями и прочими «прелестями» серьезных психических заболеваний.

Продолжение после рекламы
РЕКЛАМА



Обычный подросток

Переходный возраст — это особая пора. Гормоны шалят, настроение скачет, самооценка тоже... Весело, в общем. Все эти прелести сказываются на поведении — то ты готова обниматься с глобусом и каждым прохожим, то ненавидишь весь мир и хочешь стукнуть любого, кто рядом надышал. И, конечно, любой подросток хоть немного эгоцентричен и воспринимает мир через призму себя, единственного и неповторимого.

Но все-таки даже подростки вполне в состоянии контролировать собственные побуждения и мало-мальски сдерживать вспышки эмоций. По крайней мере, огрызаться на родителей, учителей и вообще кого угодно по любому поводу в большинстве случаев не будут. Что, у тебя сдерживать раздражение не получается? А вот это уже звоночек.

Давай-ка проверим еще пару пунктов в списке. Считаешь ли ты себя лучше если не всех, то уж точно большинства твоих знакомых? У тебя есть привычка общаться с окружающими слегка пренебрежительно и свысока? А капризничаешь ты часто? Если родители просят прибраться в комнате, ты тут же закатываешь истерику и требуешь свободы личности? Ты ловишь кайф, когда изящно троллишь и унижаешь ровесников?

Если хотя бы на часть вопросов ты можешь ответить «да», тебе тоже не помешает проверить свое психическое состояние. Потому что все это признаки еще одной гипомании. И даже называется она уже не так обманчиво-ободряюще, как предыдущая, — гневливая мания. Тут сразу понятно, что ничего хорошего она не обещает.

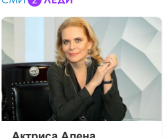
Читайте нас в Телеграме, чтобы оставаться в курсе событий
Подписаться

Материалы по теме

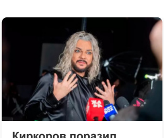
1. Знаки зодиака, у которых проблемы с психикой
2. 6 абсолютно нормальных привычек, которые могут означать, что ты психопат
3. Что делать, если чувствуешь себя одиноко: советы психологов
4. 5 аниме про психов и маньяков, которые не каждый отважится посмотреть
5. Как разговаривать с кем угодно о чем угодно: 10 подсказок от психологов

#психология

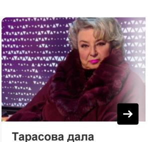
СМИ2 ЛЕДИ



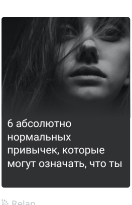
Актриса Алена Яковлева высказалась о сбежавших из РФ...
INFOREACTOR.RU



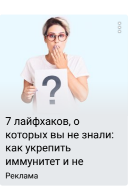
Киркоров поразил заявлением об артистах из Украины
AUTOPARUS.BY



Тарасова дала комментарий об операции Костомарова
POPCAKE.TV

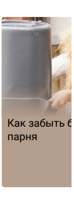


6 абсолютно нормальных привычек, которые могут означать, что ты



7 лайфхаков, о которых вы не знали: как укрепить иммунитет и не
Реклама

Гадкий я: как жить, если у тебя тяжелый характер



Как забыть парня

Relap

РЕКЛАМА

#АСТРО

Знаки зодиака, у которых проблемы с психикой

Максимально нестабильные ребята...

17 сентября 2021

unsplash

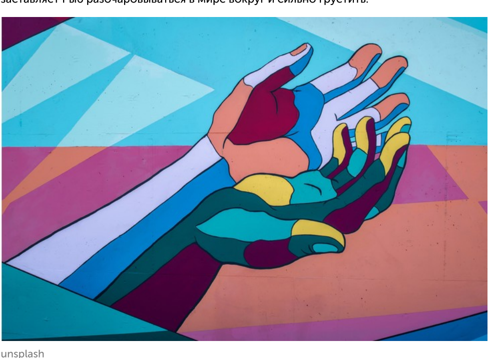
Близнецы

То, что этот знак зодиака стоит на первом месте — не должно вызвать у тебя никаких вопросов. Потому что у максимально творческих людей максимально нестабильная психика. Близнецы на то и Близнецы — это как будто сразу два разных человека в одном теле. С противоположными точками зрения соответственно. Так что люди этого знака зодиака чаще всегда страдают чем-то связанным с биполярным расстройством личности или внутриличностными конфликтами.

Продолжение после рекламы
РЕКЛАМА

Рыбы

Следом идут еще одни творческие ребята. Люди этого знака зодиака обычно отличаются проблемами с менталочкой, завязанными на тоске и депрессии. Рыбы — натуры тонкие, чувствительные, поэтому любые свои промахи принимают близко к сердцу. А еще у представителей этого знака зодиака часто бывает очень живое воображение. А розовые очки, как все мы знаем, бьются стеклами внутрь. Что тоже заставляет Рыб разочаровываться в мире вокруг и сильно грустить.



unsplash

Скорпионы и Овны

И огонь, и вода! Казалось бы, максимально разные и противоположные друг другу знаки зодиака, а на самом деле очень похожие. Например, в проблемах с психикой. Неконтролируемый гнев, пассивная (и открытая) агрессия, постоянная злоба и саркастичность. Скорпионы и Овны — два самых «ядовитых» знака зодиака из всех. Они оба прирожденные лидеры, поэтому доказывают свою правоту всегда и везде (даже если это неуместно).

Продолжение после рекламы
РЕКЛАМА

unsplash

Раки

Чаще всего, если брать психические проблемы, страдают от нестабильной самооценки. Вот с какой ноги утром люди этого знака зодиака встанут, так и будут себя ощущать. И тут нет золотой середины — Раки ощущают себя либо на все 100, либо на -1000. Из-за чего психика и страдает. Американские горки — это, конечно, весело. Но только если это настоящие аттракционы, а не эмоциональные качели по отношению самой к себе.

Водолеи

Дереализация и деперсонализация — вот от чего чаще всего страдают Водолеи. А все из-за того, что люди этого знака зодиака чаще других пытаются найти, понять и принять себя. А от постоянного сравнения с личностями других, попыток найти в себе изъян или достоинство «крыша» начинает немного шататься и уезжать. Поэтому не удивительно, что Водолеи в какой-то момент начинают сомневаться во всем вокруг и в себе в частности.

Лиза Злоба

Читайте нас в Телеграме, чтобы оставаться в курсе событий
Подписаться

Материалы по теме

1. Плюсы и минусы разных знаков зодиака
2. Знаки зодиака, которых очень сложно любить
3. 7 знаков, которые посылает тело, когда психика не в порядке
4. Правила дружбы парней и девчонок разных знаков зодиака
5. Психологическое насилие: 11 признаков, что тобой нагло манипулируют

#Астро #психические расстройства

РЕКЛАМА

the girl

Общайся и следи за новостями ;)

Подписка на рассылку
Эл. почта
Подписаться
Подписываясь на рассылку theGirl вы принимаете условия пользовательского соглашения

SHKULEV MEDIA HOLDING women's network
WOMAN.ru woday.ru mydecor Starhit marie claire PSYCHOLOGIES the girl
PARENTS

Сетевое издание Thegirl.ru (Зегёрл.ру)

Регистрационный номер ЭЛ № ФС 77 - 83229

Зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) 26.04.2022 18+

Учредитель: Общество с ограниченной ответственностью «Шкулёв Медиа Холдинг»

Главный редактор: Бугай Е. А.

Контактные данные редакции для государственных органов (в том числе, для Роскомнадзора): Эл. почта: theGirl@sholding.ru телефон: +7(495) 633-5-633

Copyright (c) ООО «Шкулёв Медиа Холдинг», 2023. Любое воспроизведение материалов сайта без разрешения редакции воспрещается.

18+